

ISSN:2548-4044

Psikoislamedia Jurnal Psikologi

Volume 2 Nomor 2, 2017

---

## **POSTTRAUMATIC GROWTH PADA REMAJA KORBAN KONFLIK ACEH**

---

Siti Rahmah

*Program Magister Profesi Psikologi Klinis, Universitas Gadjah Mada**E-mail: st.rahmahba@gmail.com*

### **ABSTRAK**

Studi telah dilaksanakan untuk melihat peranan posttraumatic growth (PTG) yang ada pada remaja yang menjadi korban konflik Aceh. Subjek penelitian ini dipilih dengan menggunakan teknik stratified random sampling dengan pendekatan fenomenologi dari penelitian kuantitatif. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan instrumen observasi dan wawancara yang mendalam. Dua orang partisipan diambil dari remaja yang mengalami peristiwa konflik di Aceh pada tahun 2002-2010 dan diberikan lima pertanyaan terbuka dan dilakukan wawancara mendalam. Data dianalisis dengan menggunakan pendekatan Moleong sehingga didapatkan lima aspek posttraumatic growth yaitu; (1) kemungkinan baru, (2) apresiasi terhadap hidup, (3) kekuatan pribadi, (4) hubungan dengan orang lain dan (5) peningkatan spiritual.

**Kata Kunci:** *Posttraumatic Growth, Konflik Aceh dan Pendekatan Fenomenologi*

## **POST TRAUMATIC GROWTH ON ACEH ADOLESCENT CONFLICT VICTIM**

### **ABSTRACT**

This research has been conducted to examine the role of post traumatic growth (PTG) in adolescents who are victims of the Aceh conflict. The subjects of this study were selected by using stratified random sampling technique with a phenomenological approach to the qualitative research. Instruments in this study using the instrument of observation and in-depth interviews. Two participants were drawn from adolescents who experienced conflict events in Aceh in 2002-2010 and were given five open questions and conducted in-depth interviews. Data were analyzed by using Moleong approach so that got five aspects of posttraumatic growth that is; (1) new possibilities, (2) appreciation of life, (3) personal power, (4) relationships with others and (5) spiritual elevation.

**Key Words :** Post Traumatic Growth, Conflict in Aceh and Fenomenology Approach

### **Pendahuluan**

Aceh merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang terletak di Sumatera dan juga berkontribusi dalam melawan kolonial yang menjajah Indonesia. Namun demikian, pada tahun 1950-1962, Aceh mendeklarasikan dirinya untuk menjadi bagian yang terpisah dari

Indonesia. Hal ini menyebabkan kondisi aceh pada tahun 1966-2003 menjadi wilayah Daerah Operasi Militer dan berakhir pada MoU (*Memorandum of Understanding*) di Helsinki yang merupakan awal mula perdamaian di Aceh (akses 13 Desember 2015, worldwatch). Namun demikian, masa konflik bersenjata dulu, setidaknya-tidaknya terdapat tiga hal penting mengenai Aceh, yang sebagian di antaranya memiliki implikasi sangat panjang dan luas sampai dengan sekarang ini. Ketiga hal tersebut adalah masalah pelanggaran HAM, kondisi kemanusiaan (*humaniter*) di daerah-daerah konflik, dan proses dialog sebagai upaya penyelesaian secara damai konflik Aceh. Kondisi tersebut telah mengakibatkan istri kehilangan suami, anak kehilangan ayah, orang tua kehilangan anak, anggota masyarakat kehilangan rumah karena dibakar, ribuan orang harus mengungsi, anak-anak tidak dapat bersekolah dengan baik dan lancar, tak kurang pula orang-orang yang kehilangan pekerjaannya, atau tidak lagi dapat berusaha dengan baik karena kondisi tak mengizinkan (Bantasyam dalam Muzakar & Mellyan, 2011).

Kondisi bencana tersebut tentunya memberikan pengaruh terhadap *life event* seseorang. Fenomena dari *Post Traumatic Stress* sejauh ini telah didokumentasikan sebagai bagian dari kondisi kesehatan mental yang berkaitan langsung dengan *traumatic life event*. Akibatnya, akan kembali mengalami *re-experience* terhadap kondisi traumatik tersebut sehingga menghindari jenis perilaku/peristiwa tersebut dan memberikan efek terhadap kehidupan sehari-hari mereka. Selain itu, Fenomena tersebut hanya dapat ditemukan dengan cara mendiagnosisnya melalui sintom-sintom dan kriteria yang ada, yang kemudian dapat menjadi berupa *Post Traumatic Stress Symptoms* (Sherr et al., 2011). Posttraumatic growth juga memberikan perhatiannya pada konflik politik (Rosner & Powell, 2006; Simms, 2015). Beberapa sumber lainnya menyatakan bahwa peristiwa yang menyedihkan atau berbahaya tidak menyebabkan hasil yang negatif, namun juga menunjukkan adanya hasil yang positif, pengalaman tersebut disebut dengan *Post Traumatic Growth* (Forrest et al, 2008). Hal ini ditemukan bahwa adanya dukungan sosial menjadi salah satu kunci dalam membangun *Post Traumatic Growth* pada individu yang telah menjadi korban dalam peristiwa traumatik (Kloep, 2010).

Calhoun, Cann, Tedeschi dan McMillan (2000) mengusulkan bahwa "*Post Traumatic Growth* adalah suatu pengalaman individu yang berkaitan dengan perubahan positif yang merupakan hasil signifikan dari usaha dalam menghadapi krisis besar dalam kehidupan".

Definisi lain tentang *Post Traumatic Growth* disampaikan oleh Paton, Voilanti, dan Smith, mereka mengatakan bahwa *Post Traumatic Growth* adalah perubahan yang menguntungkan secara signifikan dalam hal kognitif dan emosional yang melampaui tingkat adaptasi sebelumnya, peningkatan fungsi psikologis atau kesadaran akan hidup yang terjadi sebagai akibat dari psikologis trauma yang menantang asumsi sebelumnya ada tentang diri sendiri, orang lain, dan masa depan (Kloep, 2010). Selain itu Janoff-Bulman menunjukkan beberapa bukti bahwa tanpa adanya perubahan dalam asumsi seseorang tentang kehidupan secara umum maka perubahan positif dalam diri seseorang tidak akan terwujud (Kloep, 2010). Literatur lain oleh Maercker dan Zoellner menunjukkan semakin panjangnya periode *posttraumatic growth* maka akan memunculkan adanya hasil yang lebih positif dan keberfungsian, artinya adalah semakin korban aktif dalam berdamai dengan peristiwa traumatik yang ada maka akan semakin menghilangkan *post traumatic stress sindrom* (Guidici, 2011).

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *Post Traumatic Growth* adalah suatu konstruksi perubahan psikologis secara positif yang terjadi pada individu secara emosional dan kognitif, sebagai hasil dari kondisi traumatik di masa lalu yang berkaitan dengan diri sendiri, orang lain, dan masa depan. Hal ini sesuai dengan salah satu pernyataan personal berikut :

*“setelah melewati semua itu dalam hidup pasti akan menjadi lebih baik. Kemudian ketika saat dalam kondisi kehidupan yang sulit akhirnya kita menyadari bahwa itu belum ada apa-apanya kalo kita bandingkan dengan kondisi yang dulu. (komunikasi interpersonal, 2 Desember 2015)*

Dari pernyataan tersebut tampak bahwa adanya perubahan hidup sebagai bagian dari munculnya *Post Traumatic Growth* pada remaja korban konflik Aceh. Beberapa penelitian lainnya menyatakan, pada pasien yang mengalami kanker payudara menunjukkan bahwa mereka mengalami peningkatan dalam kondisi psikologis, *positive well-being*, perilaku sehat dan efek positif lainnya (Forrest et al, 2008). Selain itu, pada pasien yang menderita HIV/AIDS menunjukkan adanya kondisi *Post Traumatic Growth* pula pada penderitanya (Sherr, 2011). Penelitian lain yang dilakukan oleh Belee (dalam Calhoun & Tedeschi, 2006) melalui observasi pada korban menunjukkan 90% pada survivor yang melakukan

transplantasi tulang belakang menjadi lebih baik setelah melakukan operasi transplan. Mereka lebih berempati, memiliki prioritas hidup baru dan lebih memaknai hidup, serta lebih mensyukuri hidup.

Menurut Simms (2015) menunjukkan bahwa adanya domain *Post Traumatic Growth* pada korban konflik Irish dan Domain terhadap PTG yang terdiri lima domain yaitu kemungkinan baru, apresiasi terhadap hidup, kekuatan pribadi, hubungan dengan orang lain dan peningkatan spiritual yang merupakan peningkatan spiritual. Individu yang mengalami kondisi traumatik melingkupi dari berbagai usia, salah satunya adalah remaja. Remaja adalah individu yang berada pada asa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa awal, dimulai kira-kira usia 10-12 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun. Usia remaja menunjukkan adanya pencarian identitas diri. Menurut Marcia, remaja muda harus membentuk rasa percaya terhadap dukungan orang tua, mengembangkan suatu pemikiran untuk giat menghasilkan sesuatu dan memperoleh perspektif mengenai masa depan yang merefleksi diri mereka sendiri (Santrock, 2003).

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah *Post Traumatic Growth* pada remaja korban konflik Aceh. Selain itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang *Post Traumatic Growth* pada korban konflik Aceh yang terkait dengan kemungkinan baru, apresiasi terhadap hidup, kekuatan pribadi, hubungan dengan orang lain dan peningkatan spiritual.

## **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis yaitu penelitian yang melihat objek penelitian dalam satu konteks naturalnya, artinya seorang peneliti menggunakan dasar fenomenologi dalam melihat suatu peristiwa tidak secara parsial, lepas dari konteks sosialnya karena satu fenomena yang sama dalam mengobservasi data di lapangan, seorang peneliti tidak dapat melepas konteks atau situasi yang menyertainya (Idrus, 2009). Partisipan diperoleh secara *random sampling*, yaitu partisipan diambil secara acak namun melalui kriteria tertentu dan berjumlah 2 (dua) orang dengan kriteria; Berusia 12-19 tahun., kehilangan anggota keluarga terdekat atau mengalami situasi anggota keluarga yang disekap, ditangkap atau dibunuh atau hilang, berdomisili di

daerah konflik ketika konflik terjadi serta ikut serta menjadi korban dalam peristiwa konflik, mampu berkomunikasi secara verbal, dan bersedia untuk menjadi partisipan penelitian. Metode pengumpulan data dalam penelitian kualitatif ini bersifat terbuka, luwes, dan disesuaikan dengan masalah, tujuan penelitian serta sifat objek yang diteliti. Peneliti bertindak sebagai instrumen penelitian yang utama dalam pengumpulan data (Poerwandari, 2009). Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara yang mendalam dan observasi. Selanjutnya peneliti membuat *guideline* wawancara dan kemudian dilakukan *follow up* sesuai dengan *literature* yang ada. Selain itu, peneliti juga melakukan pencatatan dalam proses pengumpulan data dengan tujuan membantu peneliti untuk mengingat beberapa hal dalam wawancara. Berikut ini *guideline* wawancara yang digunakan:

- Situasi konflik apa yang masih anda ingat?
- Bagaimana perasaan anda ketika situasi konflik itu terjadi?
- Setelah mengalami konflik, bagaimana hubungan anda dengan orang-orang sekeliling anda? Sejauh mana kedekatan dengan mereka?
- Bagaimana anda memandang hidup anda ke depan?
- Apa yang menjadi prioritas hidup anda sekarang?
- Selama ini, bagaimana anda mampu menjalani hidup atau menghadapi kesulitan-kesulitan yang dihadapi?
- Bagaimana anda memaknai peristiwa konflik dan perubahan agama apa yang dirasakan?
- Adakah anda tertarik melakukan suatu hal yang baru setelah konflik?

### ***Analisis Data***

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis kualitatif, karena data yang diperoleh berupa kata-kata. Menurut Moleong, langkah-langkah yang digunakan untuk analisis data sebagai berikut (Hayatiningtyas, 2011), pada awalnya peneliti menelaah seluruh data yang tersedia dari berbagai sumber, lalu mengkategorikan data yang diperlukan. Selanjutnya peneliti menyusun latar belakang dan mengadakan interpretasi dan pembahasan dari hasil observasi dan wawancara, lalu menarik kesimpulan.

### ***Metode Keabsahan Data***

Objektivitas dan keabsahan data penelitian dilakukan dengan melihat reabilitas dan validitas data yang diperoleh. Dengan Mengacu pada Moleong (dalam Idrus, 2009), untuk pembuktian validitas data ditentukan oleh kredibilitas temuan dan interpretasinya dengan mengupayakan temuan dan penafsiran yang dilakukan sesuai dengan kondisi yang

senyatanya dan disetujui oleh partisipan penelitian (perspektif emik), sedangkan reabilitas dapat dilakukan dengan pengamatan sistematis, berulang, dan dalam situasi yang berbeda. Selain itu, Guba (dalam Idrus, 2009) menyarankan tiga teknik agar data dapat memenuhi kriteria validitas dan reabilitas dengan cara memperpanjang waktu tinggal, Observasi lebih tekun, dan melakukan triangulasi.

## **Hasil Penelitian**

Dua orang partisipan berpartisipasi dalam penelitian ini yaitu seorang laki-laki dan seorang perempuan. Keduanya berumur 25 tahun. Syarifah (bukan nama asli) merupakan anak ke 9 dari 9 bersaudara. Ia adalah anak perempuan satu-satunya dalam keluarga. Pada saat konflik ia bertempat tinggal di kabupaten Pidie Jaya, Aceh. Pada umur 14 tahun, Syarifah telah kehilangan abang kandungnya yang tewas ditembak oleh salah satu pihak yang bersengketa di Aceh hingga saat ini ia mengaku kemungkinan ibu kandungnya masih mengalami trauma dengan apa yang terjadi dengan abang kandungnya. Selain itu, selama konflik terjadi, Syarifah juga sering mendengarkan suara tembak-tembakan di lingkungan sekitarnya dan terkadang membuatnya harus bersembunyi dan tiarap untuk menghindari terkena peluru yang meleset.

## **Hubungan dengan Orang Lain**

Setelah konflik terjadi, suatu hal yang membuat diri seseorang menjadi lebih bebas ketika ia mampu lebih dekat dengan orang lain ketika konflik itu terjadi sehingga membuat hubungan diantara individu menjadi semakin dekat dan semakin kuat. Syarifah mengatakan bahwa dirinya merasa telah menjadi semakin dekat dengan anggota keluarganya karena banyak hal yang mereka lalui ketika konflik itu terjadi. Hal tersebut dinyatakannya sebagai berikut:

*Kalau dengan keluarga itu semakin dekat karena banyak hal dilalui saat konflik itu. Lari bersama, tiarap bersama, takut bersama, jadi semakin mempererat tali silaturahmi. (Lampiran 1.Syarifah.W1/b.260-263)*

Kedekatan tersebut ditunjukkan dengan seringnya melakukan kegiatan bersama-sama, seperti:

*Sering, karena kalau kami pulang kampung sering bareng, dengan motor bareng, jadi kalau misalnya lebaran atau acara apa kami sering bareng. (Lampiran 1.Syarifah.W1/b.278-280)*

Selain itu, Syarifah juga mengatakan bahwa dirinya memiliki kedekatan hubungan dengan orang lain pula namun Syarifah merasa akan lebih nyaman dan aman ketika bercerita tentang masalah pribadi yang terkait dengan keluarga dengan kakak sepupunya tersebut dibandingkan dengan orang lain karena saudara sepupunya merupakan orang yang merupakan anggota keluarga besar pula. Hal tersebut ia ungkapkan sebagai berikut:

*Iya teman dekat kak F, ada juga yang lain ada kak R, ada kak E, ada juga teman kuliah D, S, tapi kalau misalnya hal yang sangat pribadi biasanya lebih ke kak F. Karena kan kami keluarga, jadi kalau dengan teman yang lain Syarifah cerita semua tapi kalau masalah keluarga yang sangat intense itu enggak cerita, kecuali kak F. Karena kak F masih keluarga, tapi kalau masalah kuliah bukan keluarga itu sama kawan lah cerita. (Lampiran 1.Syarifah.W1/b.286-294)*

### **Penghargaan Terhadap Hidup**

Syarifah merasa bahwa kehidupan yang ia alami dulu adalah sesuatu yang sudah berlalu dan ia berkeinginan untuk melanjutkan kehidupannya ke depan. Hal ini dinyatakan Syarifah dalam kalimat berikut.

*Kalau setelah konflik, saya merasa biasa aja. Maksudnya karena salah satu anggota udah begitu, hidup ya harus terus berjalan, dijalani dan tidak ada yang gimana-gimana sih. (Lampiran 1.Syarifah.W2/b.6-9)*

Di sisi lain, Syarifah merasa bahwa saat ini yang menjadi prioritas dalam hidupnya adalah untuk bisa membahagiakan ibunya dan berusaha untuk menyelesaikan kelas bahasanya demi mengapai cita-citanya untuk dapat melanjutkan kuliahnya.

*Kalau prioritas sekarang yang karena Syarifah mengikuti program beasiswa LPDP, sekarang fokusnya untuk menyelesaikan kuliah, mau membahagiakan orang tua karena mamak Syarifah kan kalau dibilang apa ya...jantungan sekarang ya, traumanya sudah luar biasa tu, apalagi pas tsunami ada keponakan mamak itu yang kena tsunami, jadi meninggal dua orang. Memang kalau dibilang mamak trumanya luar bisa, jadi kalau sekarang ya pingin seperti itu membahagiakan. (Lampiran 1.Syarifah.W1/b.196-205)*

### **Kekuatan Pribadi**

Syarifah menyatakan bahwa dirinya setelah konflik, kini menjadi lebih bisa mandiri dan berusaha untuk tidak lagi meminta bantuan dari keluarga. Hal ini ia tunjukkan dengan berusaha untuk kuliah S2 dengan tidak mengharapkan bantuan dari keluarga.

*Oh iya, kalau mencari kerja Syarifah tidak minta bantuan sama keluarga, itu mandiri. Kayak misalnya begini, yang S2 aja sebenarnya keluarga menyarankan Syarifah siap kuliah langsung mengambil S2, orang tu InsyaAllah bisa membiayai. Tapi Syarifah berusaha untuk mandiri, karena sudah S1 jangan lagi S2, berusaha untuk mencoba sendiri, kalau tidak bisa sudah mentok itu baru. (Lampiran 1.Syarifah.W1/b.314-321)*

Kondisi konflik juga membuat Syarifah semakin kuat dan tegar dalam menjalani kehidupannya di masa sekarang ini. hal ini ia katakana dalam kalimat berikut ini.

*Sangat ya, sangat mempengaruhi sebab kok sudah bisa lebih tegar, karena sudah menghadapi situasi yang seperti itu jadi kalau misalnya sekarang ada anggota keluarga katakanlah meninggal atau apa itu Alhamdulillah sudah lebih tegar tidak seperti dulu lagi, kalau misalnya...karena sudah pernah pada posisi seperti itu sekarang sudah bisa lebih menerima. Ya bisa dibilang menjadi lebih kuat. (Lampiran 1.Syarifah.W1/b.418-425)*

### **Perubahan Agama**

Kehidupan beragama Syarifah setelah konflik mengalami perubahan. Ia merasa menjadi lebih dekat dengan agama dibandingkan dengan ketika dulu peristiwa itu terjadi. Banyaknya perubahan tersebut juga ia rasakan pada abang-abang kandungnya dan semakin menyadari bahwa umur dan kematian bisa terjadi kapan saja.

*Jadi kalau secara spiritual kalau sekarang sih Alhamdulillah lebih...kalau dulu kan apa ya...kalau shalat Alhamdulillah tetap jaga masih, Alhamdulillah Syarifah dari SD sudah tidak tinggal shalat. (Lampiran 1.Syarifah.W1/b.333-337)*

*Kalau perubahan-perubahan yang lain Alhamdulillah abang-abang Syarifah yang lain juga seperti itu, sudah melihat bahwa umur itu tidak...kematian itu tidak datang apa kita tua atau muda jadi siapa saja kan bisa meninggal setiap saat, jadi ya sekarang berusaha untuk lebih baik, lebih bisa mempersiapkan diri, lebih mendekatkan diri pada agama. Abang Syarifah juga seperti itu karena abang-abang Syarifah yang lain ya...beberapa orang itu ada juga yang begitu, ada beberapa orang yang malas shalat, setelah kejadian itu Alhamdulillah. (Lampiran 1.Syarifah.W1/b.352-363)*

### **Kemungkinan baru**



Setelah kondisi konflik itu terjadi, Syarifah merasa bahwa dirinya mengalami perubahan hidup yang lebih baik. Jika dulu ia merasa cemas dan *was-was* ketika berada di luar rumah dan saat ini merasa menjadi cukup nyaman ketika berada di luar rumah bahkan jauh dari rumah. Hal ini disampaikan dalam wawancara sebagai berikut:

*Kalau sekarang ya Alhamdulillah kita sudah lebih bisa tenang, tidak seperti dulu kita mau sekolah saja takut, kita mau ketemu TNI aja takut apalagi dengan GAM lebih takut lagi. Kalau sekarang Alhamdulillah karena sudah perdamaian jadinya Alhamdulillah sudah nyaman, kalau mau kemana-manapun tidak harus kayak dulu. Kalau kayak dulu kan kita apalagi kayak kami yang masih kecil jadi tidak ada KTP tidak ada ini...kalau dulu sebentar-sebentar KTP, sekali saja kalau tidak ada KTP langsung itu...kalau dulu kan di Aceh itu ada KTP merah putih, sekali saja orang ni kalau tidak KTP itu langsung ditangkap, itu GAM. Yang GAM juga begitu, tidak tahu sih siapa yang salah. (Lampiran 1.Syarifah.W1/b.180-193)*

Syarifah juga mengatakan bahwa dirinya kini mensyukuri banyaknya kesempatan yang ia dapatkan setelah konflik. Ia merasa jauh lebih bisa untuk belajar dengan tenang dan berkegiatan sehari-hari dengan rasa aman.

*Kalau sekarang ya sangat mensyukuri kita kan dengan ada perdamaian itu kita bisa sangat mensyukuri, kita bisa keluar dengan tenang, belajar dengan tenang, makan dengan tenang, kerja dengan tenang, tanpa harus takut-takut sebentar lagi diculik, sebentar lagi akan dipanggil, sebentar lagi keluarga kita akan diambil... (Lampiran 1.Syarifah.W1/b.208-214)*

Di sisi lain, ia juga merasa mendapatkan banyak kesempatan baru dalam hidupnya seperti kesempatan untuk bisa *hiking* ke gunung, mendapatkan Jaminan Kesehatan Aceh (JKA) gratis dan lainnya. Hal ini terlihat dari cuplikan wawancara yang telah dilakukan berikut ini:

*Hhm...Mungkin hal-hal yang baru tiba-tiba oke sekarang sudah MoU...ah Syarifah ingin ini ingin itu apa...Yang paling ingin, karena Syarifah suka hiking suka masuk hutan, suka mendaki, ya itu...kalau dulu kan tidak bisa, kalau kita ke hutan kan ngeri sekali, itu berarti nanti jadi GAM, jadi anggota GAM ditangkap, itu sih yang paling ingin Syarifah lakukan dan Alhamdulillah sudah terpenuhi ketika masuk kuliah, kami setiap semester masuk hutan dan gua, mahasiswa. Itu yang paling di inginkan...yang lain tidak ada sih. Oh iya, kita kan setelah MoU banyak ya kemudahan yang kita dapatkan di Aceh, kita punya otonomi sendiri sehingga Aceh ini kan kita punya BPJS setiap...apa? jaminan Kesehatan Aceh (JKA), jadi setiap orang kan bisa dapat itu, dan Alhamdulillah sangat terbantu, Syarifah sudah pernah masuk rumah sakit dulu kena malaria*

*terbantu dengan itu, ayah Syarifah sudah operasi kena JKA, mamak juga begitu.(Lampiran 1.Syarifah.W1/b.377-395)*

*Iya..., kalau dulu kan harus bayar, tidak bisa ya sebelum itu...sekarang aja ke puskesmas kan gratis dulu kan tidak, seperti itu sih (Lampiran 1.Syarifah.W1/b.398-400)*

### **Kasus 2: Agam**

Agam (bukan nama asli) merupakan anak kedua dari empat bersaudara. Ia adalah anak laki-laki satu-satunya di dalam keluarga. Pada saat konflik, ia bertempat tinggal di Kabupaten Aceh Besar, Aceh. Pada umur 14 tahun, Agam berada di pesantren di salah satu tempat di dekat rumah tempat tinggalnya. Ia mengaku bahwa ayah kandung dahulu pernah disekap dan tidakizinkan untuk pulang ke rumah hingga 2 hari sebagai jaminan menyelamatkan orang lain. Di sisi lain, keluarga Agam memiliki sebuah toko kelontong yang membuat dirinya dan keluarganya merasa adanya kehilangan dari segi materi selama konflik tersebut.

### **Penghargaan Terhadap Hidup**

Kehidupan yang ia alami sekarang dipandang sebagai masa depan yang cerah oleh Agam. Ia merasa bersyukur atas kehidupannya saat ini dan tidak adanya lagi perasaan-perasaan takut dalam menjalani kehidupannya.

*Bagaimana ya.. ya mungkin saya lebih mensyukuri hidup aja, mungkin. Alhamdulillah udah bisa hidup dengan tenang. Nah, gak kayak dulu. Kalau dulu kan gak bisa tenang. Saya sudah bisa lebih mensyukuri kehidupan yang sekarang ini. (Lampiran 2.Agam.W2/ b.7-11)*

*Kalau sekarang Alhamdulillah sekali. Tidak membuat kita takut lagi. Hanya hal-hal kecil aja bukan hal yang besar. Kalau dulu kita takut dan kepikiran, kalau sekarang udah gak takut kayak sebelumnya. Lebih enak sekarang daripada yang dulu. (Lampiran 2.Agam.W2/ b.28-33)*

Konflik juga membuat Agam memiliki prioritas-prioritas dalam menjalani hidupnya. Ia memiliki keinginan untuk segera melanjutkan kuliahnya.

*Untuk saat ini, mungkin saya lebih memprioritaskan pendidikan yang layak. Ya, pendidikan saya kira karena saya ingin melanjutkan S2 juga dan ini saya sedang mempersiapkan untuk melanjutkan pendidikan itu. Jadi mungkin setelah S2 saya akan mencoba memfokuskan untuk mendapatkan pekerjaan. (Lampiran 2.Agam.W1/ b.296-302)*

Dirinya juga lebih banyak mensyukuri segala hal dengan cara berbagi dengan orang lain dan orangtuanya.

*Mensyukuri ya... mungkin itu pertanyaan yang cukup abstrak. Untuk saat ini ya, Saya hanya ingin berbagi kebaikan dengan orang lain dan orang tua. Memberi perubahan dan orang tua. Karena itulah rasa syukur karena bagi saya rasa syukur itu gak cukup Alhamdulillah aja karena Alhamdulillah itu bisa dijabarkan banyak dan salah satunya yang saya ambil adalah memberikan kebaikan untuk orang lain. Paling kurang saya bisa membuat kebaikan kepada orang tua saya. Orang tua menjadi ringan bebannya. (Lampiran 2.Agam.W1/ b.305-315)*

### **Kekuatan Pribadi**

Kebanyakan survivor yang ‘bangun’ dari kondisi yang menekan mereka mengalami suatu perubahan dalam dirinya, begitu juga dengan Agam. Ia merasa lebih berani dan lebih optimis dalam menjalani kehidupannya.

*Dulu saya orangnya gak berani ngapain-ngapain. kalau ada apa-apa, nanti orang tua selalu yang datang ke pesantren. Terus dibatasi juga sama orang orangtua karena konflik. Jadi saya juga meras kecil hati dan juga agak takut dengan kondisi konflik karena adanya batasan-batasan itu. Tapi setelah konflik itu kan saya kuliah sehingga akhirnya terbuka cara pandang saya. Nah, semakin lama saya merasa semakin berani, semakin penasaran, semakin terbuka. Akhirnya saya travelling pergi sendiri, pergi sama kawan. Berani aja. Gak ada rasa takut. Itu perubahan yang lebih signifikan. Saya juga menjadi lebih optimis melihat masa depan karena keberanian itu. Menjadi lebih optimis terhadap tantangan-tantangan baru. Kalau dulu mungkin rasa takut itu menutup diri kita untuk mengetahui hal-hal yang dulu dan menjadi lebih banyak ingin tahu. Sampai sekarang saya masih merencanakan untuk pergi ke teman-teman yang lain. Ya.. kita harus pergi melihat dunia. (Lampiran 2.Agam.W2/ b.81-100)*

Sikap optimis tersebut membuat Agam juga semakin merasa positif dalam melihat sekitarnya, baik lingkungan maupun orang-orang yang ada di sekelilingnya.

*Sekarang lebih optimis. Kalau dulu gak ada harapan apa-apa. Nah, kalau sekarang kita lebih berani untuk menghadapi. Saya juga merasa lebih positif melihat sesuatu. Ketika melihat orang baru itu merasa curiga. Nah kalau sekarang saya malah penasaran dengan orang yang baru, nah rasa curiga itu ada, cuma lebih banyak merasa penasaran. Semakin optimis maka saya merasa semakin positif. (Lampiran 2.Agam.W2/ b.103-111)*

Agam juga menyatakan bahwa dirinya mendapatkan kemungkinan baru lainnya dengan dapat lebih bebas beraktivitas di malam hari, tidak seperti di waktu lainnya.

*Saya merasa ada lebih tenang daripada sebelumnya dan menjadi sedikit lebih bebas. Ya kalau sebelumnya saya seperti gak punya rasa bebas dan gak boleh bebas dan sangat berbenturan dengan peraturan-peraturan yang ada. Jadi kalau maen jangan di sana. Pulang malam harus pada jam sekian dan lebih dari jam 8 ya.. gak apa sih. Tapi kan waktu itu kalau kita pulang lebih dari jam 10 udah agak berbahaya karena ada kegiatan untuk militer malam. dua kubu itu ada kegiatan malam. Sekarang merasa lebih bebas, merasa bisa keluar malam. kita kalau mau berjalan dan keluar malam takut ada bom. Takut ada apa gitu. Ya.. sekarang merasa lebih baiklah. (Lampiran 2.Agam.W1/ b.397-410)*

## **Pembahasan**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Post Traumatic Growth* kedua-dua partisipan tersebut sama. Hal ini dapat ditemukan berdasarkan faktor-faktor *Post Traumatic Growth* menurut Tedeschi, Calhoun (2006) yaitu hubungan dengan orang lain, penghargaan terhadap hidup, kekuatan pribadi, perubahan agama, dan kemungkinan baru.

Partisipan 1 setelah konflik dirinya dan keluarganya menjadi semakin dekat dan semakin baik dalam membina hubungan komunikasi. Hal tersebut juga dirasakan oleh partisipan 2 yang menjadi lebih dapat berinteraksi secara *intens* dengan keluarga dan juga menjadi lebih akrab. Kondisi tersebut terjadi karena mereka dan bersama keluarganya menjalani peristiwa trauma bersama-sama dan saling menjaga dalam kondisi tersebut. Hal ini sesuai dengan apa yang disampaikan oleh Rosenbloom (2010) bahwa adanya kedekatan dalam sebuah hubungan dengan keluarga dan orang lain dapat menyembuhkan trauma pada korban. Dengan demikian, partisipan 1 dan 2 dapat dikatakan berada dalam *Post Traumatic Growth* yang dapat membina hubungan kembali dengan orang lain.

Terkait dengan kondisi pribadi partisipan 1, yang awalnya adalah seseorang yang tidak mandiri dan akhirnya dapat lebih mandiri atas kemampuan yang ia miliki. Hal tersebut juga terjadi pada diri partisipan 2 yang semakin berani dalam menjalani kehidupannya dan membuatnya lebih optimis sehingga menjadi lebih positif dalam mencapai keinginannya di masa depan. Kondisi tersebut dapat dijelaskan oleh Linley and Joseph (2004) yang mengatakan bahwa orang-orang yang mampu melakukan pendekatan secara coping

akan mendapatkan perubahan positif dalam dirinya, yaitu berupa perubahan optimisme, penerimaan, interpretasi yang positif, religious, dan proses kognitif yang berhubungan dengan perubahan positif yang terbaik. (dalam Tehrani, 2011).

Literatur lainnya menyebutkan bahwa seseorang yang mengalami traumatik dapat lebih dalam menemukan makna dari kehidupan dan tujuan dari hidup itu sendiri (Kessler et al. dalam Guidici. 2011). Hal tersebut dirasakan pula oleh kedua partisipan. Partisipan 1 merasa lebih dapat mencoba untuk dapat memaknai hidupnya dengan berbuat yang terbaik dan membahagiakan orangtuanya serta berusaha untuk bisa mengapai keinginannya untuk melanjutkan sekolah ke depan dengan lebih baik. Selain itu, pada partisipan 2 menunjukkan adanya keinginan untuk tujuan hidup yang lebih cerah dan dapat mencapai keinginannya pula untuk bisa melanjutkan pendidikannya. Keduanya memiliki keinginan untuk bisa memberikan manfaat kepada orang lain dan bisa membahagiakan orangtua mereka.

Kedua partisipan menyadari bahwa dengan kondisi tersebut mereka dapat mengambil banyak kesempatan dalam mengembangkan dirinya. Mereka memiliki kesempatan untuk melanjutkan kuliahnya saat ini. selain itu, pada partisipan 2 menyatakan bahwa dirinya juga memiliki kesempatan untuk bisa berkenalan dengan komputer dan partisipan ke 1 menyatakan bahwa dirinya dapat hiking ke daerah pengunungan tanpa adanya rasa ketakutan. Hal tersebut sesuai dengan Tedeschi dan Calhoun (1995) yang menyatakan bahwa mereka yang kini telah berada dalam *Post Traumatic Growth* dapat terbuka terhadap pengalaman baru (dalam Guidici, 2011).

Keduanya juga mendapatkan perubahan dalam memaknai agama dengan adanya kesempatan untuk lebih banyak belajar tentang agama dan menjalani ibadah lebih mendalam. Hal ini sesuai dengan Calhoun, & Tedeschi bahwa individu akan berusaha untuk melakukan coping pada peristiwa traumatik yang memberikan pengalaman signifikan dalam hidupnya, dimana akan mengubah prioritas hidup, meningkatkan potensi apresiasi dalam hidup dan meningkatkan rasa pentingnya berserah diri pada isu agama dan spiritual (dalam Shaw, Joseph, & Linley, 2005). Di sisi lainnya, partisipan 1 juga menunjukkan perubahan menjadi lebih kuat dan tegar dalam kehidupannya ketika ia dihadapkan pada situasi abang kandungnya yang meninggal dunia. Hal ini sesuai dengan Tedeschi, Park, & Calhoun yang

menyatakan bahwa mereka yang belajar dari pengalaman traumatik akan lebih kuat dalam kehidupannya (dalam Shaw, Joseph, & Linley, 2005).

Temuan lainnya yang didapatkan peneliti dalam penelitian ini adalah adanya keterlibatan orang lain sebagai dukungan sosial yang membantu kedua-dua subjek untuk mengalami *Post Traumatic Growth* dalam dirinya. Hal ini tampak dalam diri kedua partisipan tersebut yang menjadikan ibu kandung mereka sebagai sosok yang banyak memberikan dukungan dan motivasi bagi diri mereka. Dukungan sosial tersebut memiliki kaitannya dengan *Post Traumatic Growth*, yang menyatakan bahwa dukungan sosial pada korban peristiwa traumatik memiliki hubungan yang signifikan pada *post traumatic trauma* (Tehrani, 2011)

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada kedua orang subjek tersebut, kita dapat menyimpulkan bahwa remaja yang menjadi korban konflik aceh mengalami beberapa kondisi *Post Traumatic Growth*. Kondisi tersebut berupa adanya perubahan dalam hubungan dengan orang lain, memiliki penghargaan terhadap hidup, adanya perubahan dalam kekuatan pribadi, perubahan agama, dan mendapatkan adanya kemungkinan baru. Selain itu, terdapat pula penemuan lainnya yang ditemukan oleh peneliti yaitu dukungan yang mempengaruhi *Post Traumatic Growth* pada diri seseorang.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan selama menjalani penelitian yaitu keterbatasan waktu dalam proses atau sesi wawancara yang dilakukan pada korban konflik. Selain itu, jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini masih kurang dan juga kemampuan peneliti dalam menggali kasus masih kurang mendalam. Keterbatasan lainnya dalam penelitian ini tidak adanya keterlibatan pihak-pihak terkait seperti keluarga atau orang yang terlibat untuk bekerjasama dalam penelitian ini.

### **Daftar Pustaka**

Chun, Sanghee., Lee, Youngkhill. (2008). The Experience of Posttraumatic Growth for People With Spinal Cord Injury. *Qualitative Health Research*. Volume 18 Number 7. DOI : 10.1177/1049732308318028. <http://qhr.sagepub.com>

- Giudici, M. L. (2011). *Post Traumatic Growth, Positive Assets, And Strengths In Post Hurricane Katrina Survivors* (Doctoral Dissertation). Available from ProQuest Dissertations and Theses database. UMI No. 3444630.
- Idrus, M. (2009). *Metode Penelitian Ilmu Sosial, Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*. Jakarta : Erlangga.
- Kloep, M. (2010). *Vicarious Perceptions of Post-Traumatic Growth*. (Master's Thesis). Available from ProQuest Dissertations and Theses database. UMI No. 1533599.
- Kunst, M, J, J. (2011). Affective Personality Type, Post-traumatic Stress, Disorder Symptom Severity and Post-traumatic Growth in Victims of Violence. *Journal Stress and Health* 27: 52-51. DOI: 10.1002/smi 1318.
- Moleong, Lexy J. 2000. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Morrill, E. F., Brewer, N T., O'Neill, S. C., et al. (2008). The interaction of post-traumatic growth and posttraumatic stress symptoms in predicting depressive symptoms and quality of life. *Journal Psycho-Oncology* 17: 948–953. DOI: 10.1002/pon.1313.
- Muzakar & Mellyan (2011) *Fakta Bicara ;Mengungkap Pelanggaran Ham di Aceh 1989 – 2005*. Banda Aceh: Koalisi NGO HAM Aceh.
- Poerwandari, E. K. (2009). *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Depok : LPSP3 UI.
- Rosenbloom, D., Williams, M. B. (2010). *Life After Trauma*. New York : The Guilford Press.
- Shaw, A., Joseph, S., Linley, P. A. (2005). Religion, spirituality, and posttraumatic growth: a systematic review. *Mental Health, Religion & Culture*. DOI: 10.1080/1367467032000157981
- Simms, Jane. (2015). Features of Posttraumatic Growth Among Victims of the Northern Irish “Troubles”: Is It Possible? A Case Study Analysis. *Journal of Humanistic Psychology*. Vol. 55(2)127–152. DOI:10.1177/0022167814533993. jhp.sagepub.com
- Tedeschi, R. G., Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma. *Journal of Traumatic Stress*, Vol. 9, No. 3. DOI 0894-9867/96/0700-0455509.50/1.
- Tehrani, Noreen. (2011) *Managing Trauma in The Workplace*. New York : Routledge.
- Waight, Catherine A., Strodl, Esben., Sheridan, Judith., Tesar, Peter., (2015). Posttraumatic growth in post-surgical coronary artery bypass graft patients. *Health Psychology Open*. Sagepub. DOI: 10.1177/2055102915571370
- Wang, Yanbo., Wang, Ji., Liu, Xiaohong., Posttraumatic Growth of Injured Patients after Motor Vehicle Accidents: An Interpretative Phenomenological Analysis. *Journal of Health Psychology*. 17(2) 297–308. hpq.sagepub.com. DOI: 10.1177/1359105311410511
- Woodward, C., Joseph, S. (2003) Positive Change Processes and posttraumatic growth in people who have experience childhood abuse : Understanding vehicles of change. *Journal of Psychology and psychotherapy : Theory, Research and Practice*, volume 76. 267-283.
- Worldwatch. (2015) <http://www.worldwatch.org/node/392>
- Zhang, Wei., Ting Y, Ting., Barriball, K Louise., While, Alison E., & Hong L, Xiao., (2015), Post-traumatic growth in mothers of children with autism: A phenomenological study. *Autism* : sagepub.co.uk/journalsPermissions.nav DOI: 10.1177/1362361313509732